

心靈環保兒童生活教育教學設計—親愛的老鄰居

一、教材來源：心靈環保兒童生活教育動畫(聖嚴教育基金會)

二、教學核心價值：關懷老人

三、適用年級：國小中年級

四、教學時間：40分鐘

五、教學目標：

1、能與鄰居和睦相處，守望相助。

2、能對老年人有更多的了解與關懷。

六、融入議題：家庭倫理－心靈環保

七、教學流程：

| 教學活動內容 | 教學時間 | 使用教材 | 評量方式 |
|--|------|------------------------------------|------|
| <p>【體驗放鬆】</p> <p>好！在看影片之前，我們先來體驗一下鬆緊，慢慢的深呼吸。同時把肩膀往上提，再提，提到最高（停2秒）然後吐氣。同時將肩膀放下，有沒有放鬆的感覺？肩膀是不是鬆了許多？</p> <p>調整我們的身體，用最放鬆的姿勢坐好，雙手輕輕的放在腿上，眼睛輕輕的閉上，頭腦放鬆，頭皮放鬆，額頭放鬆，眼球不用力，臉部的肌肉放鬆，嘴角輕輕上揚，保持微笑，頸部肌肉放鬆，肩膀不用力，胸部肌肉放鬆，小腹放鬆，背部肌肉放鬆，腰部放鬆，臀部放鬆，大腿放鬆，小腿放鬆，腳掌、腳指放鬆，全身放鬆。慢慢的把注意力集中在鼻端，清楚知道呼吸從鼻孔吸進來，從鼻孔呼出去，吸進來是涼涼的，呼出去是暖暖的，有呼吸的感覺真好！欣賞呼吸、享受呼吸。</p> | 5分鐘 | | |
| <p>一、引起動機：</p> <p>1、你認識那些鄰居？鄰居中有意年紀大的爺爺奶奶嗎？</p> <p>2、平日你都和他們怎麼互動？</p> | 5分鐘 | | 課堂發言 |
| <p>二、發展活動：</p> <p>1、播放心靈環保兒童生活教育動畫 DVD—「親愛的老鄰居」單元</p> <p>2、教師提問，請學生發表看法：</p> <p>(1) 妮妮怎麼知道老爺爺是個獨居老人？</p> <p>(2) 妮妮幫忙鄰居老爺爺做了哪些事？</p> | 25分鐘 | 心靈環保 DVD 本單元在 youtube (見備註3) | 課堂發言 |

| 教學活動內容 | 教學時間 | 使用教材 | 評量方式 |
|---|------|------|------|
| <p>(3) 颱風天妮妮一家人怎麼幫助老爺爺？</p> <p>(4) 如果你看到老人生活中有不方便的地方，你會怎麼做？</p> <p>(5) 對於老人要關懷，對獨居的老人更要協助，為什麼？</p> <p>(6) 你知道住家附近可以提供哪些服務來幫助老人？(請參考附件)</p> <p>3、進行「當我變老時」活動</p> <p>(1) 將全班分成數組，教師發給每人一張學習單。</p> <p>(2) 學生完成學習單，各組分享學習單內容。</p> <p>(3) 分組討論：想想「當我變老時」，希望獲得什麼樣的協助及關懷？</p> <p>(4) 請數組上台分享。</p> <p>4、教師結語：老人因為身體機能退化，生活自理能力變差，如果能獲得適當關懷或協助，老人會活得更健康、更快樂。</p> <p>三、統整活動：</p> <p>1、敦親睦鄰是傳統美德，隨著社會型態及居住環境改變，鄰居的互動變少；如果發現有獨居的長者，反映給父母、里長或老師，都是愛心的表現。</p> <p>2、多關懷身邊的獨居老人，就算沒有血緣關係，也可以是一個溫馨又充滿人情味的大家庭。</p> <p>3、鼓勵每個人發揮同理心，從對自己家人的關愛擴及到周遭需要幫助的人。</p> | 5 分鐘 | 學習單 | 分組討論 |

【備註】

- 1、 本教案時間規劃、提問內容僅供參考，使用教師可自行發想。
- 2、 期待您的創意教學回饋給法鼓山教聯會，與更多人分享。
法鼓山教聯會 e-mail：tc@ddmf.org.tw
- 3、 youtube 網址：<https://www.youtube.com/watch?v=-H-Nd0heepM>
- 4、 關鍵字:獨居老人、關懷、敦親睦鄰、同理心

【附件】

送餐服務、電話關懷、關懷訪視、清理住家、代買東西、保健諮詢服務、日間生活照顧服務、文康休閒活動、交通接送服務、協助文書代筆及洽辦福利事宜……等。

參考:桃園市政府社會局(<http://sab.tycg.gov.tw/home.jsp?id=39&parentpath=0,9>)
或各縣市政府社會局

【相關延伸及補充資料】

1、家庭樹(準備一張三代族譜稱謂圖)

延伸了解世代尊卑關係，尊重家中長者。

2、張貼老照片(猜猜這是誰的爺爺或奶奶?)

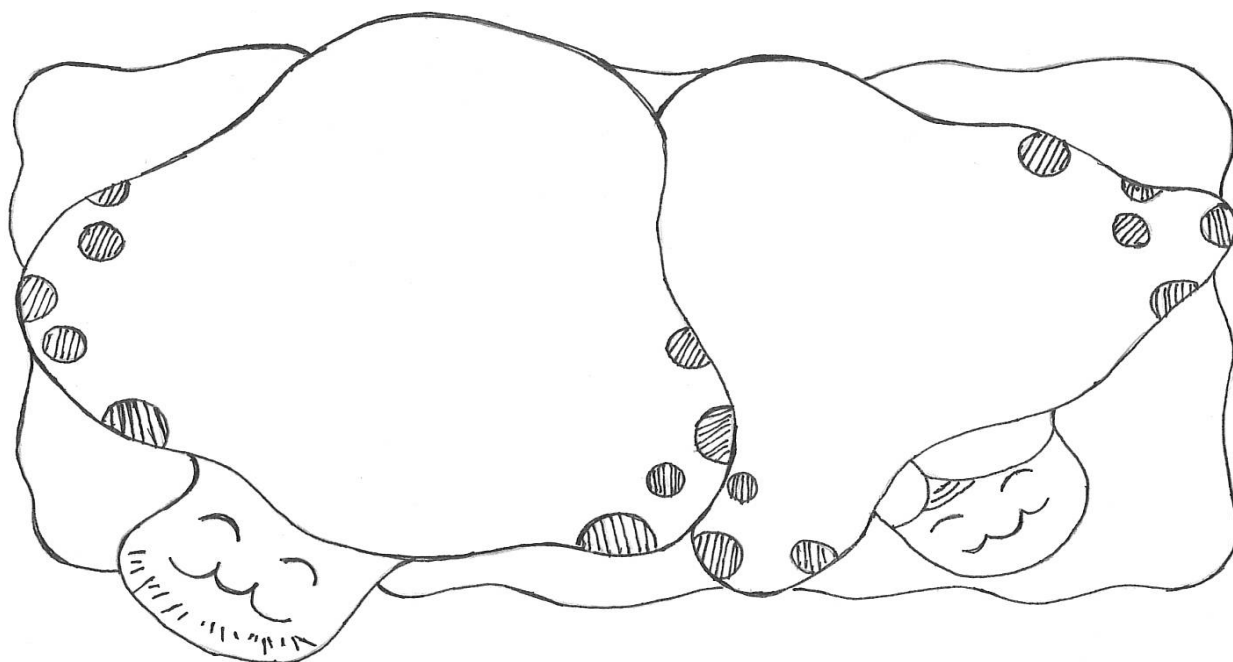
請小朋友帶爺爺奶奶的照片，延伸了解阿公阿嬤最喜歡什麼、不喜歡什麼，關懷家中老人。

【學習單】

關懷老人

年 班 座號 姓名：

- ◆ 你覺得幾歲才算是老人？
40歲以上 50歲以上 60歲以上 70歲以上 80歲以上
- ◆ 你還有幾年就是老人了？_____年
- ◆ 你的家中或鄰居有老人嗎？
沒有 有_____個
- ◆ 你看過的老人在行動上和年輕人有什麼不一樣？(可複選)
走路慢 拿拐杖 坐輪椅 臥床 很健康
其他_____
- ◆ 你覺得他們喜歡哪一類食物？(可複選)
硬的食物 軟的食物 油炸食物 燉煲食物 重口味食物
其他_____
- ◆ 老人有哪些特徵？(可複選)
皮膚有皺紋 牙齒少 重聽 老花眼 頭髮白
其他_____
- ◆ 畫下自己變老時的樣子：



~每個人都會變老，從現在起我要更關心老人~